ir kelių odą, reikia uždėti ant jų migdolinę ar avižinę "maskę". Reikia paimti bent kiek avižinių miltų, sumaišyt su vandeniu į tirštoką košę, kurią uždėt ant kelių ar alkūnių ir palaikyt 15 minučių, oda žymiai suminkštės.

7. Jei akys per dieną pavargsta, parausta ar patinsta, reikia nusipirkti vaistinėje specialių lašų ir naudoti juos pagal instrukcijas. Vėliau pamirkyti vatos gabaliukus vadinamame Witch Hazel skystyje, nuspausti ir uždėti ant akių penkiolikai minučių. Akių lašai nuims paraudimą, o witch hazel atšviežins pavargusias akis. Jei akys gerokai patinusios, geriausiai pamirkyti arbatos maišiukus karštame vandeny, nuspausti ir uždėti ant patinusių vokų. Taip palaikyti pusę valandos. Pakartotinai pamirkyti karštame vandeny, kai atvėsta. Toks kompresas tikrai padės.

MINI? MIDI? MAXI?

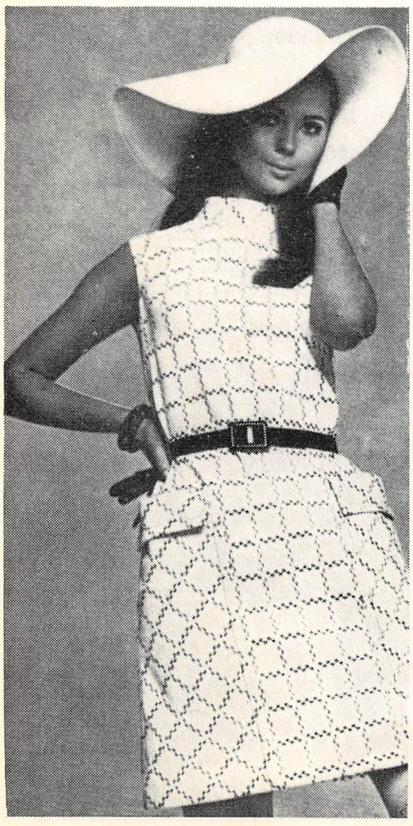
Ką garsiausi madų kūrėjai galvoja apie rūbų ilgį?

Bill Blass — aš manau, kad ateityje matysime įvairaus ilgio rūbus. Žinoma, dienos metu jie pasiliks trumpi. Tiesą pasakius, moterys turėtų sau individualiai prisitaikyti sijonų ilgį.

Norman Norell — aš ruošiu ilgesnių sijonų parodai, 10-12 inčių nuo žemės ir pakankamai plačius, kad moterys neturėtų reikalo jų pasitrumpinti patogesniam vaikščiojimui.

Geoffrey Beene — jau atėjo laikas viską pakeisti. Aš manau, kad sekantį rudenį būtų patogu rūbus pailginti. Aš dabar jau rengiu visą eilę modelių su dviem inčiais žemiau kelių sijonais.

Donald Brooks — mano manymu — tėra tik dvi galimybės: trumpi rūbai dėvimi dienos metu, o vadinamieji midi ir maxi — vakare ir specialiom progom. Pagaliau ateis laikas, kada moterys pasirinks rūbus, kurie joms labiausiai tinka.



Chester Neinberg — rūbai šiek tiek ilginami, bet visvien jie liks trumpi — virš kelių.

Elinor Simmons — man atrodo, sijonai liks trumpi. Jau mes prie jų pripratom. Jie atrodo jaunai. Moterys jau nebekreipia dėmesio į negražias kojas.

Betsey Johnson — nėra nustatyto ilgio. Ilgį sau prisitaiko kas rūbus dėvi.

Victor Joris — aš nieko nekeičiau. Suknelės lieka trumpos, nes moterys tik dabar prie jų pradeda priprasti.

Baba — dienos rūbai pailgės truputį rudenį, bet visvien bus dėvimi trumpi, nes moterys mėgsta patogią aprangą.

Jo Copland — man atrodo, moterims patinka trumpi sijonai ir aš jų neilginsiu. Man visai nepatinka midi ilgis. Rūbo ilgis turi būt proporcingas figūrai ir ūgiui.

Adele Simpson — paprastos kasdieninės suknelės — trumpos. Man patinka ilgi apsiaustai, dėvimi su ilgais batais ir trumpais sijonais, bet ilgi rūbai atrodo neelegantiškai.

Oscar de la Renta — mano nuomone — labai trumpi sijonai išeis iš mados ir visi rūbai pailgės. Sijonai jau nebegali trumpėti ir laukiama drastiškų pasikeitimų. Aš projektuoju žymiai ilgesnių rūbų kolekciją šiam rudeniui.

Pauline Trigere — jokių staigių pasikeitimų. Jaunimas mėgsta trumpus sijonus.

Mollie Parnis — moterys jaučiasi patogiai trumpuose sijonėliuose. Ir man atrodo, jos nori trumpus sijonėlius pasilaikyti. Aš neįsivaizduoju, kad kas norėtų grįžti prie aukštų plonų kulnų, ilgų suknelių ir įsmaugto liemens.

Anne Marie Gardin — žinoma, trumpi rūbai pasiliks. Midi ir maxi tik vakarui ir specialioms progoms.

Rudi Gernreicher — man neatrodo, kad dabar dėvimas vienas kitas ilgas sijonas turės įtakos. Nemanau, kad istorija vėl kartosis. Ne mūsų laikams suveržtas liemuo ir ilgi sijonai.

• Šeimininkių kampelis

VEDA L. MURAUSKIENĖ

Kepti žiediniai kopūstai

(Proporcija 4 žmonėms)

2 puodukai miltų,
2 šaukštai kepimo miltelių,
½ šaukštuko druskos,
1 kiaušinis,
1 didelis žied. kopūstas,
6 šaukštai aliejaus,
½ citrinos sunkos.

Padaryti tešlą iš miltų, kiaušinio, kepimo miltelių ir druskos pridedant truputį vandens. Tešlai leisti pastovėti mažiausiai vieną valandą.

Žiedinį kopūstą suskirstyti mažais bukietėliais ir lengvai virti pasūdytam vandenyje apie 10-15 min. Tik nepervirti, tie bukietėliai turi būti standūs. Nusausinus sudėti į marinatą padarytą iš aliejaus ir citrinos sunkos. Leisti pastovėti apie 1 valandą. Įkaitinti aliejų maždaug iki 375 laipsnių.

Kiekvieną žied. kopūsto bukietėlį merkti į tešlą ir dėti į aliejų, apkepant kol paruduos. Nusausinti riebalus padedant ant sugeriamo popierio.

Veršienos kepsnys (Scallopini)

(Proporcija vienam žmogui)

2 gabaliukai išmuštos veršienos be kaulo,
2 šaukštai miltų,
sviesto, druskos, pipirų pagal skonį,
½-1 puoduko padažo ar buljono,
2-3 šaukštai vyno madeira, masalla ar sherry.

Supiaustyti veršieną pailgais gabaliukais, skiriant po du ar daugiau vienam žmogui.

Veršienos gabaliukus apibarstyti prieskoniais ir pavolioti miltuose. Kepti svieste ant lengvos ugnies, vartant kol abi pusės paruduos.

Išėmus iš keptuvės laikyti šiltai, o į naudotą keptuvę įpilti vyną, šaukštą sviesto ir padažą ar bulijoną. Maišant laikyti ant ugnies 5 min. Tada užpilti ant iškeptos veršienos ir duoti į stalą su daržovėmis: žiediniais kopūstais, burokėliais ar špinatais, o vietoje bulvių duoti makaronus.

Makaronai prie mėsos

1 svaras makaronų (noodles),
2-3 šaukštai sviesto,
druskos, pipirų ir sūrio pagal skonį.

Makaronus virti dideliame atidengtame puode ir stengtis nepervirti (8-10 min.). Išvirtus makaronus nusunkti per sietą. Nusunkus grąžinti atgal į puodą ir užpylti ištirpdytu sviestu ir palengva maišyti, kad neprisviltų. Tada pagal savo skonį dėti prieskonius ir sūrį. Likus makaronų kitam kartui, juos galima atšildyti naudojant dvigubą puodą. (Įstatant puodą su makaronais į verdantį vandenį didesniame puode.).

"Sniego kepurė"

Saldusis, lengvas desertas
6-8 nulupti piaustyti obuoliai,
¼ puoduko sviesto,
½ puoduko cukraus,
¼ puoduko rudo cukraus,
1 šaukštukas vanilės,
3 kiaušinių baltymai,
2 šaukštukai šalto vandens,
⅓ puoduko cukraus,
1 šaukštas cukraus.

Ištirpinti sviestą keptuvėje, įberti ½ puoduko balto cukraus ir ¼ puoduko rudo cukraus ir gerai išmaišyti. Įdėti piaustytus obuolius ir labai gerai maišyti. Pavirti apie 10 min. atidengtoje keptuvėje prie vidutinio karščio. Tada uždengti ir sumažinus karštį dar palaikyti apie 20 min. Nuėmus keptuve nuo krosnies obuolius sugrūsti šakute. Įdėti vanilę ir sudėti į formą (pie plate).

Įkaitinti krosnį iki 350°.

Kiaušinių baltymus plakti su vandeniu kol pasidarys standūs, supilti ⅓ puoduko cukraus pilant po vieną šaukštą ir vis paplakant. Tą baltymų masę užpilti ant paruoštų obuolių ir viršų apibarstyti šaukštu cukraus. Kepti apie 35 min. Galima duoti į stalą šiltą arba šaltą. Šią "Sniego kepurę" negalima laikyti šaldytuve.

Meduolis su datulėmis (dates)

¾ puoduko medaus,
2 šaukštai sviesto,
1 kiaušinis,
½ puoduko pieno,
1½ puoduko miltų,
2 šaukštukai kepimo miltelių,
1 puodukas kapotų datulių (dates),
1 žiupsnelis druskos,
⅛ šaukštuko kepimo sodos.

Sviestą su medum labai gerai ištrinti. Tada įpilti gerai išplaktą kiaušinį ir vėl gerai išplakti. Persijoti miltus, kepimo miltelius, sodą ir druską. Pilti į masę pakaitom su pienu. Lengvai įmaišyti datules.

Kepti riebalais išteptoje formoje apie 50-0 min. prie 350° temperatūros.

Krosnyje kepti svogūnai

4-6 svogūnai nulupti, bet nesupiaustyti,
2 šaukštai sviesto,
½ puoduko viščiuko buljono,
1 šaukštas cukraus,
truputis druskos.

Sudėti svogūnus į mažą, negilų kepimo indą. Ant jų uždėti sviestą, buljoną, cukrų ir druską. Kepti apie 40